

# HÅNDBOG FOR FREDERICA ROKLUB



## **Velkommen**

### **Instruktion**

Indtil du har gennemgået alle rolektioner, må du kun ro sammen med en instruktør. Når alle instruktioner er gennemgået, bliver du friroet på en længere tur hvor landgang på kysten vil være en del af turen.

### **Svømning**

Som roer skal man kunne svømme mindst 300 meter. I forbindelse med indmeldelsen skal du aflevere et svømmebevis, hvor det fremgår du har aflagt svømmeprøve.

### **Instruktion**

Efter ro-weekenden er de efterfølgende 5 onsdage afsat til instruktion, skriv dig på instruktionslisten på opslagstavlen. Alle komandoer og rotaget skal være tilfredsstillende lært inden for den planlagte instruktionsperiode før du kan opnå din ro-ret og bliver frigivet som roer.

### **Roning**

Efter frironing kan du frit ro i ledsagelse af en korttursstyrmand, i det daglige rofarvand. Når du har roet 60 km., er der mulighed for at deltage i langture uden for det daglige rofarvand, f.eks. det sydfynske farvand, Fyn rundt o.s.v. mulighederne er uendelige. Disse ture kræver altid en langtursstyrmand i båden. Der er mange måder at dyrke roning på kap-, langturs-, motions- og ikke mindst hyggeroning kan alle praktiseres i Fredericia Roklub. I løbet af sæsonen vil du få mulighed for at prøve de fleste, og vælge den roning-type der passer dig bedst.

### **Daglig rofarvand**

Klubbens daglige rofarvand går fra Trelde Næs i nord til vores sommerhus i syd (ved Børup fyr), samt på Fyn's siden fra Vejlbj Fed Camping i nord til Gals Klint i syd. Ingen båd må fjerne sig længere fra land, end at mandskabet kan bjærge sig selv og båden i land. Områder, i hvilke roning ikke er tilladt, fremgår af opslag i bådehallen.

### **Når man er friroet**

Når man er friroet, har man mulighed for at være med påture i det daglige rofarvand og på langture, der er dog nogle ting der skal være opfyldt inden. Du skal have en styrmand (kort- eller landtur) med afhængigt af hvor turen går hen. For at komme på en langtur skal du desuden have roet 60 km. Inden turens start, og turen skal være godkendt af rochefen efter de gældende regler.

## UGENTLIGE AKTIVITETER I KLUBBEN

Mandag	18.00	Roning for alle
Tirsdag	17.30	Madpakkeroning, Roning for alle
Onsdag	18.00	Instruktions- & begynderroning, maj - juni. Roning for alle
Torsdag	19.00	Roning for alle
Lørdag	7.00	Morgen roning – efter fulgt af kaffe og rundstykke.
Søndag	10.00	Højmesseroning for alle helligdagsatleter – Husk madpakke til frokosten og drikkevarer.
Alle hverdage	6.00 7.00	Morgenroning, for Dem som alligevel skal op flere gange i løbet af natten og ellers sover det meste af dagen.
Formiddagsroning	9.00	På opstartsdatoen kan vi få en snak om andre dage for formiddagsroningen eller andre mødetidspunkter. Kender du gamle udmeldte Fredericiaroere, eller for den sags skyld andre tidligere roere som kunne have lyst til at ro igen, så tag dem med. Lidt saltvand på fortænderne kan helt sikker få dem i aktivitet igen. Kontakt Knud Hermann hvis du ønsker yderligere oplysninger

Hold altid øje med opslagstavlen i klubben, tilmelding til de planlagte arrangementer er normalt nødvendig. Nye ture bliver løbende arrangeret.

På klubbens hjemmeside kan du finde dokumentet ”Hvad enhver roer bør vide” ved klik i menuen på ”Bestyrelsen” i bunden af siden klikker du på genvejen til dokumentet, der er mange nyttige oplysninger, der som titlen siger bør vides som roer.

Aktivitetsplanen på Fredericia Roklubs hjemmeside

[www.fredericiaroklub.dk](http://www.fredericiaroklub.dk)

bliver løbende opdateret med arrangementer og andre nyheder.

## Lektionsplan

Lektion 1:
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Gennemgang af båden og løfteteknik</li><li>2. Påtagning af redningsvest</li><li>3. Gå om bord og fra bord</li><li>4. Indstilleing af spændholt / korrekt siddestilling</li><li>5. Gennemgang af rotaget</li><li>6. ”Ro” og ”velroet”</li><li>7. ”Åren på vandet” – ”sæt i” – ”sæt hårdt i”</li><li>8. Åren tværs</li><li>9. Optagning og rengøring af båden</li><li>10. Udlevering af materiale / gennemgang af klubhuset.</li></ol>
Lektion 2:
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Repetition og fejlfinding af lektion 1</li><li>2. ”Sæt i” – ”Sæt hårdt i” – ”skod væk”</li><li>3. Vending af båden</li><li>4. ”Se til åren”</li><li>5. Byt pladser i båden, hvis vejr og vind tillader det. De første gange med åren på vandet!!</li><li>6. Optagning og rengøring af båden</li></ol>
Lektion 3:
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Repetition og fejlfinding af lektion 1 &amp; 2</li><li>2. ”Åren langs” – og skift pladser i båden</li><li>3. Styreteknik og kommandoer</li><li>4. Optagning og rengøring af båden</li></ol>
Lektion 4:
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Kaninen gør selv båden klar med redningsveste mv.</li><li>2. Repetition og fejlfinding af lektion 1, 2 &amp; 3</li><li>3. Roning med redningsveste</li><li>4. ”Rejs åren” og ”kvart åren” forklares og øves</li><li>5. Optagning og rengøring af båden</li></ol>
Lektion 5- 9: Repetition af tidligere lektioner og Frironingstur – en lørdag eller søndag
Kaninen skal nu: <ol style="list-style-type: none"><li>1. Have et korrekt rotag.</li><li>2. Kunne forstå og reagere korrekt på samtlige kommandoer.</li><li>3. Være fortrolig med båden, dens indretning og behandling.</li><li>4. Kende Fredericia Roklub.</li></ol>
Lektion 10: Frironingstur – en lørdag eller søndag til sommerhuset
Kaninen skal nu: <ol style="list-style-type: none"><li>1. Have et korrekt rotag.</li><li>2. Kunne forstå og reagere korrekt på samtlige kommandoer.</li><li>5. Være fortrolig med båden, dens indretning og behandling.</li></ol> Hvis instruktøren mener, at kaninen har disse kvalifikationer, kan der gives roret.

## **Daglig håndtering og vedligeholdelse af materiellet**

Styrmanden har pligt til at kontrollere materiellets tilstand, og i forbindelse med den daglige roning skal bådens dele løbende vedligeholdes.

Inden roturen:

- Årene smøres med årefedt før hver rotur
- Båden må kun løftes i sidelangremmen eller for og agter, ved løft i kølen

Husk:

- Redningsveste anbringes ud for hver roer, eller tages på (afhængigt af den benyttede type)
- Klubstander og D.F.f.R flag anbringes (dog kun på langtur)
- Bådshage lægges i båden ved siden af styrmanden
- Øsekar medbringes og skal være fastgjort til båden
- Skru ”alle” bundpropperne i

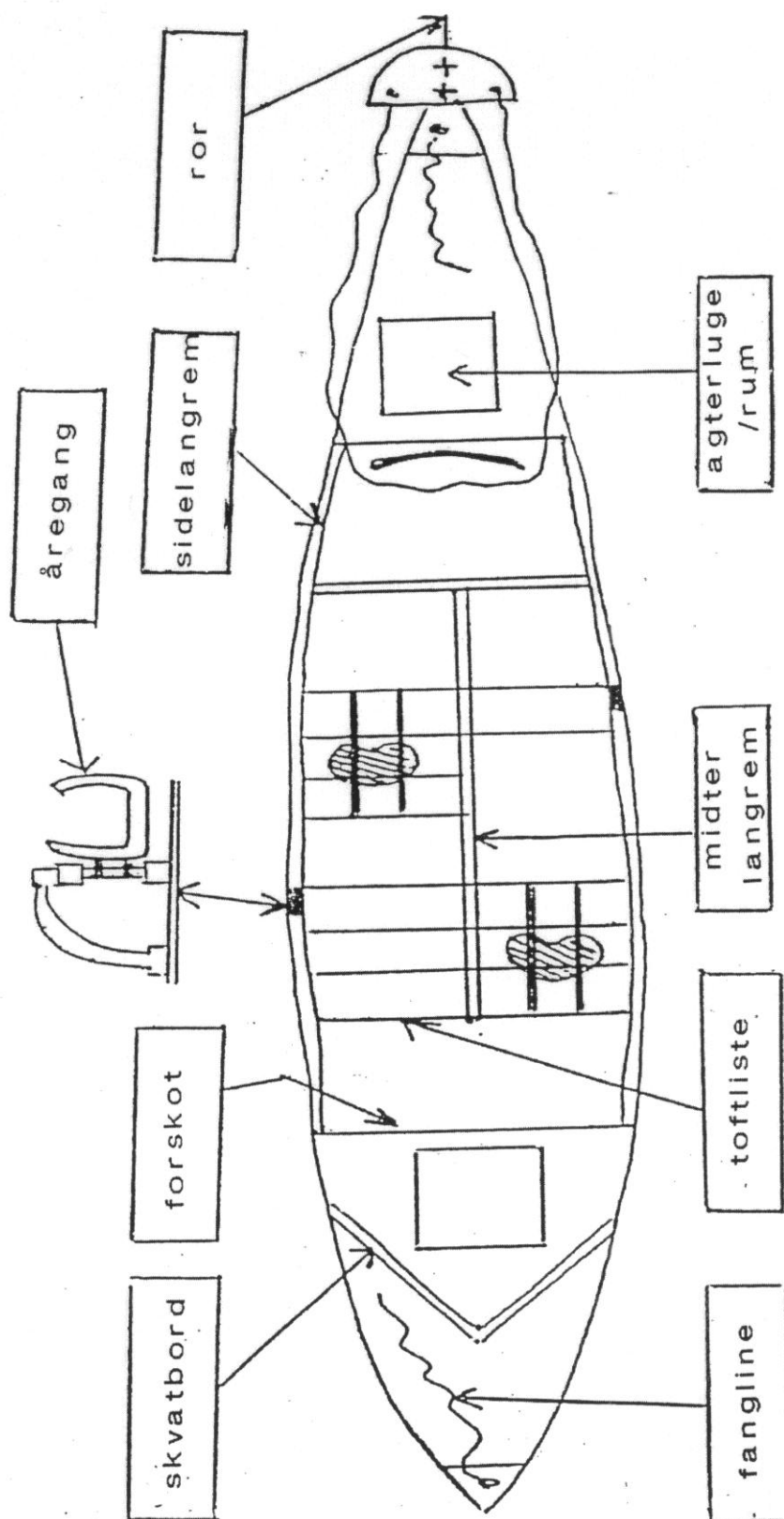
Under roturen:

- Følg styrmandens kommandoer (han har altid ret og der er kun én i båden)

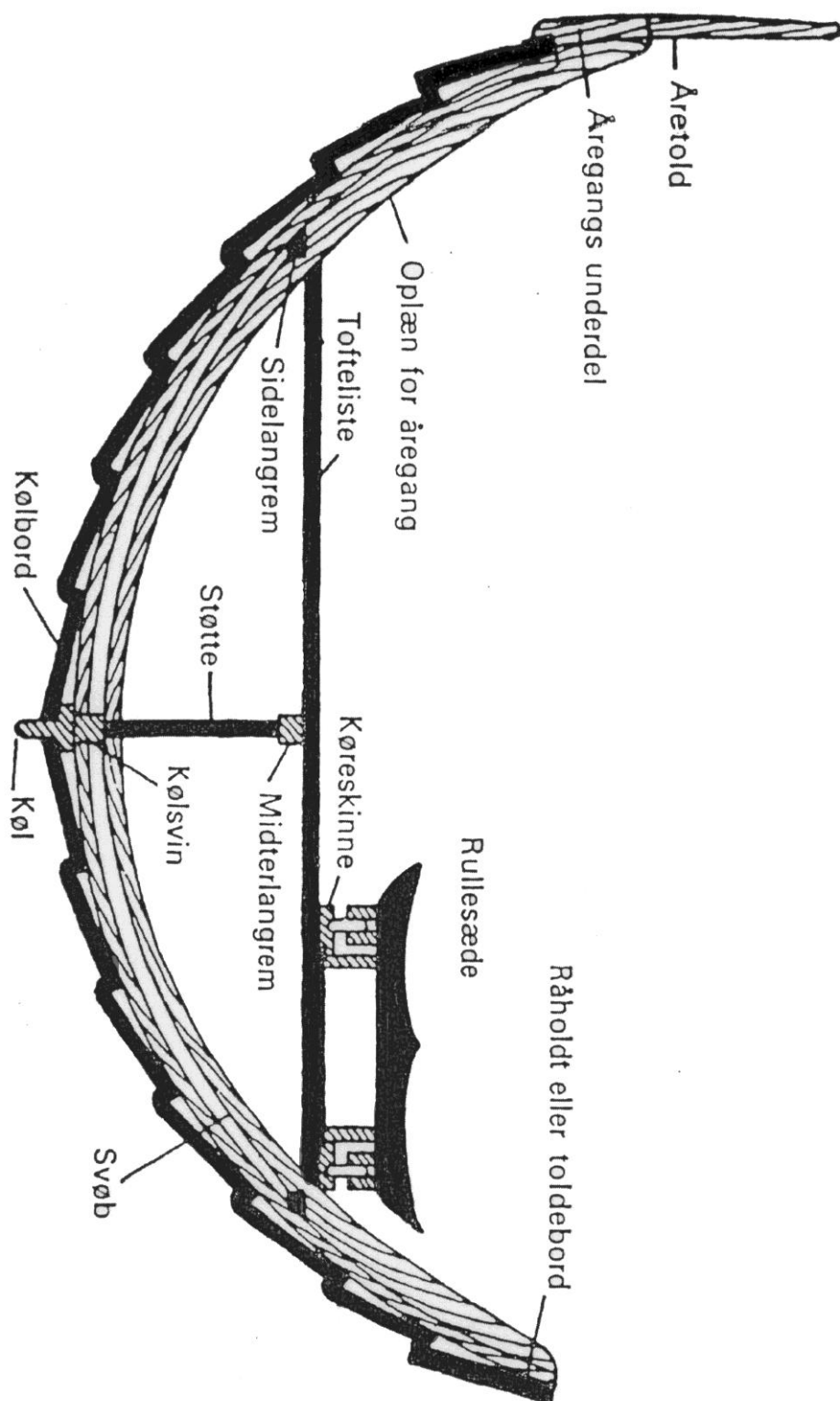
Efter roturen:

- Åregangene og årene rengøres for årefedt
- Kørskiner og hjulene rengøres (smør aldrig køreskiner)
- Når båden placeres på land, f.eks. under klargøring eller rengøring, skal den være understøttet under skottene.
- Båden spules og rengøres omhyggeligt
- Lugerne efterlades altid åbne når båden placeres i bådehallen
- Bundpropperne skrues ud og lægges i tagårens spændholt
- Står båden på en vogn i bådehallen, vær sikker på at ect. Vand i agterrummet kan løbe ud og derved undgå råd
- Redningsveste, klubstander, D.F.f.R. flag, bådshage og øsekar lægges på plads
- Er redningsvestene blevet våde, skal de spules og hænges til tørre
- Styrmanden, skal sammen med mandskabet, udføre reparationer af eventuelle skader i størst muligt omfang.
- Kan fejl og mangler ikke umiddelbart udbedres orienteres materialforvalteren, beskriv skade i materiale-/anke-protekollen

## Bådens opbygning



## Bådens tværsnit



Hvad enhver roer bør vide

## Behandling af rosportsmateriel, manøvrering m.m.

Denne vejledning for roere og styrmænd i Fredericia Roklub, er skrevet af **Danske Studenters Roklub** "DSR" og derefter ændret efter forholdene i vores klub, er udarbejdet med det formål at bevare romateriellet i den bedst mulige stand, således at alle aktive medlemmer kan få den størst mulige glæde og udbytte af deres medlemskab.

### Indholdsfortegnelse

<b>Behandling af rosportsmateriel, manøvrering m.m</b> .....	11
Indholdsfortegnelse .....	12
1. Valg af båd .....	12
2. Bådens bemanning .....	12
3. Styrmændens hverv .....	12
4. Klargøring af båd .....	13
5. Båden sættes ud .....	13
6. Kommandoer og manøvrer .....	14
6.1 Kommandoens opbygning .....	14
6.2 Der går i båden .....	14
6.3 Der går fra anlægsstedet .....	15
6.4 Roning og Skodning .....	15
6.5 Kommandoen 'Fald ind' .....	16
6.6 Båden standses .....	16
6.7 Båden vendes. ....	17
6.8 Roning/Skodning med kvart år .....	17
6.9 Skift i båden .....	18
6.10 Tillægninger .....	18
6.11 Båden forlades .....	20
7. Båden bliver ved anlægsplads .....	20
8. Båden tages op .....	20
9. Landgang på åben strand .....	21
10. Båden lægges op .....	21
11. Materiellets aflevering .....	21
12. Roning i høj sø .....	22
13. Hvis båden fyldes eller kæntrer .....	23
14. Almindelige sikkerhedsregler .....	23
15. Færdselsregler på søen .....	24

## **1.Valg af båd**

Reglerne for hvilke både, der må benyttes til en tur, fastlægges af bestyrelsen og kan fremgå af opslag i bådhallen. Rochefen kan dog for hver enkelt tur træffe ændrede bestemmelser herom f.eks. i forbindelse med reservationer. Ved roning på tidspunkter hvor rochefen ikke er tilstede, er det styrmandens ansvar at tage hensyn til evt. reservations- og reparationsskiltning.

## **2. Bådens bemanding**

Ingen båd må gå ud, med mindre den er fuldt bemandet. Mindst én af mandskabet skal have styrmandsret. Det er forbudt at medtage passagerer.

## **3. Styrmandens hverv**

Roere med almindelig styrmandsret har ret til at føre en robåd indenfor Fredericia Roklub's daglige rofarvand. Klubbens daglige rofarvand går fra Trelde Næs i nord til vores sommerhus i syd (ved Børup fyr), samt på Fyn's siden fra Vejlbj Fed Camping i nord til Gals Klint i syd. Scullerroning er tilladt fra Trelde Næs i nord til Skanseodden i syd, ud over dette område kun sammen med en følgebåd.

Styrmanden fører kommandoen og har ansvaret for hele turen, som regnes fra det øjeblik, båden tages fra sin plads i bådhallen, til den atter er sat på plads.

Styrmanden kan, lige meget hvor han sidder i båden, om nødvendigt tage kommandoen. I både uden styrmandsplads fungerer den, der ror på 1-pladsen, som aktuel styrmand, uden at dette dog fratager den ansvarlige styrmand for ansvar. Den ansvarlige styrmand har pligt til at sikre sig, at mandskabet er i besiddelse af de i reglementet krævede rettigheder, såfremt der ikke er tale om instruktionsture.

Styrmanden har det fulde ansvar for mandskab og materiel, hvilket omfatter:

- at reglementet og andre gældende bestemmelser overholdes
- at turen forløber på en forsvarlig og på en for roklubben og rosporten værdig måde
- at båden ikke kommer længere fra land, end at mandskabet kan bjærge sig selv og båden i land
- at båden med tilbehør behandles korrekt og med omhu
- at båden efter turen tømmes fuldstændigt for vand og rengøres efter gældende regler
- at skader og mangler på materiellet forsøges repareret eller, hvis det ikke kan lade sig gøre, indføres i reparationsprotokollen.
- at bådens tilbehør bevares i uskadt stand og efter turen anbringes på deres rette plads.

Såfremt nogen af turens deltagere skulle undlade at følge styrmandens påbud, skal denne indberette det til bestyrelsen. Skulle nogen af roerne mene, at styrmandens påbud er uretfærdigt eller urigtigt, må de ikke undlade at følge dette, men kan efter turen klage til bestyrelsen.

Styrmanden skal altid, så vidt muligt, rette sig efter et ønske fra blot én af roerne om at søge havn, gå tættere på kysten eller lignende, således at ingen roere føler sig utrygge.

Redningsveste skal medbringes til hele mandskabet uanset turens længde. De blå selvoppustelige redningsveste skal altid bæres på, de orange HH veste, medbringes i båden, eller bæres på. Det er den ansvarshavende styrmands pligt at sikre sig, at turens deltagere er bekendt med anvendelsen af de medbragte redningsveste.

#### **4. Klargøring af båd**

Før turen kontrolleres det, at årerne er i orden, og årelæderet på træårer skal smøres ganske ubetydeligt.

Årerne bæres enkeltvis ud til pontonen, hvor de lægges for enden med årebladet ud over kanten. Under ud- og indbæring skal åren bæres med bladet fremad for at undgå at beskadige bladet ved stød eller lignende.

Båden tages fra sin plads, og styrmanden sørger for, at ror, stander, bådshage, øsekar og eventuelt flag og redningsveste bliver anbragt i båden. Styrmanden kontrollerer, om rorlinen og fanglinen er i forsvarlig stand, og sætter bundpropperne i. Roerne efterser, om sæder, spændholter og bundbrædder er i orden.

Til en båd må der under ingen omstændigheder benyttes andet inventar - herunder årer - end det til båden hørende. Mangler noget af en båds inventar, og kan det ikke skaffes til veje, må båden ikke benyttes.

Findes en båd i snavset eller uordentlig stand, med manglende inventar eller med vand i, skal dette straks rapporteres i roprotokollen. Såfremt båden findes med eller der opstår en væsentlig skade, skal styrmanden rapportere det i reparationsprotokollen, og båden markeres med et reparationsskilt. Er der ikke forud for turen afgivet sådan rapport, hæfter styrmanden for bådens mangelfulde tilstand.

Overtages en båd med tilbehør, inden den er sat på plads, af et nyt hold, hæfter styrmanden for dette hold for bådens stand.

Inden turens begyndelse sikrer styrmanden, at mandskabet er skrevet ind i roprotokollen, samt at afgangstidspunkt og turens bestemmelsessted er anført.

#### **5. Båden sættes ud**

Båden køres på bådovognen til slæbestedet og så langt ud i vandet som muligt. Styrmanden løfter båden i stævnen og sætter den i vandet. Kølen må ikke berøre vognens gjorde under udsætningen. Styrmanden placerer ror, stander og evt. flag. Roerne anbringer årerne.

Normalt er det ikke nødvendigt at fortøje båden. Det er tidskrævende og er kun nødvendigt, hvis ikke styrmanden eller en af roerne hele tiden har mulighed for at være ved båden og holde den ind til broen, indtil den er klargjort.

Brug ikke unødigt tid ved broen, hvis andre venter!

## **6. Kommandoer og manøvrer**

### **6.1 Kommandoens opbygning**

En kommando-række er opdelt i tre dele:

- 1) Hvem kommandoen henvender sig til
- 2) Hvad kommandoen går ud på
- 3) Iværksættelse af kommandoen

For eksempel:

***"Bagbord ... til roning klar ... ro væk"***

Siges der intet under punkt 1, er det underforstået, at kommandoen gælder alle roerne. Alle kommandoer skal afgives klart, tydeligt og roligt, således at styrmanden sikrer sig, at alle roerne er parate til at udføre den givne kommando. For hurtig og sjusket kommandogivning medfører forvirring og mindsker styrmandens muligheder for at styre båden.

### **6.2 Der gås i båden**

Når årerne er anbragt i svirvlerne, stiller roerne sig ved kanten af pontonen ud for deres pladser med front mod styrmanden, der holder båden ind til pontonen.

Styrmanden kommanderer nu :

***"Ét og to klar til at gå om bord"***

Roerne sætter forsigtigt foden nærmest båden på trædepladen, midterlangremmen eller bundbrættet. Samtidigt fattes med en hånd i hver side af båden for at holde balancen; kroppens vægt holdes på broen.

På kommandoen:

***"(Ét og to) om bord"***

sættes den anden fod ned i båden, samtidig med at roerne sætter sig på sædet. Fødderne anbringes i spændholtet.

Er der flere roere, kommanderes de derefter om bord på samme måde to og to.

Styrmanden overvåger, at alt er i orden, og går selv om bord.

### **6.3 Der gås fra anlægsstedet**

Ligger båden så den kan komme fri ved enten at gå for eller agter, kommanderes:

***"Vi går agter/for"***

Styrmanden og de roere, der sidder nærmest anlægsstedet, trækker derefter båden ud langs anlægsstedet med hænder eller bådshage. Den sidste, der rører anlægsstedet, sætter fra, således at båden kommer helt fri.

Hvis båden ikke på den måde kan komme ud, kommanderes:

***"Sæt fra"***

Man sætter fra med bådshage og årer, idet åreskafterne, der vender mod anlægsstedet, benyttes til at skubbe fra med. Årebladet må aldrig bruges til at skubbe fra med. Styrmanden hjælper selv med at sætte agterenden fri med bådshagen.

### **6.4 Roning og Skodning**

Roning starter med kommandoen:

***"Til roning klar"***

Roerne kører frem i fremstrækket og vender årebladet lodret.

Derefter kommanderes:

***"Ro (væk)"***

Roningen påbegyndes og fortsættes, indtil den afbrydes af en anden kommando.

Tilsvarende kommanderes der til skodning med følgende kommandoer:

***"Til skodning klar ... skod (væk)"***

En manøvre (roning, skodning eller lignende) ophører ved kommandoen:

***"Det er vel (evt. vel roet, velkodet, ... )"***

Denne kommando bør falde i det øjeblik, åren forlader vandet. Åren bringes i en stilling vinkelret ud for båden med årebladet over vandet i skivet (vandret) stilling.

'Det er vel stillingen' er ikke en hvilestilling. Ønsker styrmanden at tildele roerne et hvil, kommanderes:

***"Åren på vandet"***

Årebladet lægges ned på vandet, og roeren kan nu gøre sig det bekvemt, indtil styrmanden afbryder hvilet med 'Det er vel' -kommandoen.

### **6.5 Kommandoen 'Fald ind'**

Kommandoen 'Fald ind' bruges i situationer, hvor båden er i fart, og en eller flere roer efter en 'det er vel' skal til at ro med i samme rytme, som øvrige. Dette er f.eks. tilfældet, når både vendes ved at den ene side af både roer, mens den anden ikke roer og afventer kommando. Når båden er ved at være vent kommanderes til roerne, der ikke roer, først:

***"Klar til at falde ind"***

efterfulgt af kommandoen:

***"Fald ind"***

Roerne, der falder ind, roer med i samme rytme, som de roer, der allerede roede.

### **6.6 Båden standses**

Skal båden standses kommanderes:

***"Det er vel ... Sæt i"***

Roerne sænker bladet i vandet i skivet tilstand, således at bladet kommer cirka 10 cm. under vandoverfladen, og arme og ben strækkes for at kunne modstå trykket.

Kommandoen 'Sæt i' tager farten af båden. Skal båden standses helt kommanderes derefter:

***"Sæt hårdt i"***

Roerne drejer årebladet til lodret stilling med hulheden i bevægelsesretningen. Hvis båden bevæger sig fremad, sættes hårdt i med årebladet vendt som i skoddetaget, og hvis båden bevæger sig baglæns, sættes hårdt i med årebladet som i rotaget. Arme og ben beholdes helt strakte under hele bevægelsen for at modstå det ofte voldsomme tryk.

Er ordren 'Sæt hårdt i' givet, fordi der er fare for at tørne mod et bolværk, andre både eller lignende, kommanderes nu:

***"Skod (væk) eller Ro (væk)"***

alt efter bådens bevægelsesretning. Skodde/Ro-taget foretages straks uden at løfte bladet ud af vandet, da åren jo står, som den skal.

Disse kommandoer aflæses med

***"Det er vel"***

## **6.7 Båden vendes**

Der kan vendes på flere måder:

- 1) Styrmanden kan lade roerne i den ene side ro/skodde, mens roerne i den anden side sidder i 'Det er vel'-stilling eller sætter i.
- 2) Er båden i fart, kan styrmanden lade roerne i den ene side sætte i og senere hårdt i, evt. mens den anden side fortsætter roning/skodningen.
- 3) De to sider kan ro og skodde i modsat takt, dette sker efter kommandoen:

***"Bagbord til skodning klar - styrbord skal ro i modsat takt"***

Efter denne kommando gør roerne i bagbords side klar til skodning. Roerne i styrbords side følger med tilbage på skinnerne og holder årene på samme måde som de andre, dog i skivet stilling. Derefter kommanderes:

***"Skod (væk)"***

Skoddetaget fuldføres af roerne i bagbords side samtidigt med, at roerne i styrbords side kører med frem på skinnerne. Når skoddetaget er fuldført, er roerne i styrbords side klar til roning og gennemfører deres rotag, mens roerne i bagbords side kører med tilbage på skinnerne til skodning klar.

Hvis båden skal vendes styrbord over, startes med skodning i styrbord, og bagbord følger med rotaget.

Ro- og skoddetagene må aldrig foretages samtidigt. Skodningen og roning i modsat takt fortsætter, indtil styrmanden kommanderer:

***"Det er vel"***

## **6.8 Roning/Skodning med kvart åre**

Hvis en passage er så smal, at der ikke er plads til årene, kommanderes:

***"Kvart åren"***

Roerne trækker derpå åren indenbords således, at den udenbords åre bliver noget kortere; hænderne flyttes tilsvarende, således at roerne har en hånd på hver side af årelæderet. Roningen fortsættes.

Hvis båden ikke er i bevægelse før en smal passage kommanderes:

***"Til roning med kvart åre klar Ro (væk)"*** ***"(Til skodning med kvart åre klar skod (væk)"***

Roning/skodning med kvart åre afbrydes med kommandoen 'Det er vel'. Når åren atter skal ud i fuld længde, kommanderes:

***"Åren ud"***

## **6.9 Skift i båden**

Skal roerne skifte plads i båden, gøres det i reglen på den måde, at styrmanden går frem i båden, mens roerne holder åreskafte bag ryggen med årebladene på vandet for at holde balancen, og stiller sig bag 1'erns plads, når styrmanden er på plads, går mandskabet tilbage i båden. Styrmanden overtager 1'erns plads, 1'ern sætter sig på tagårens plads og tagåren sætter sig på styrmandspladsen. Du vil sikker komme ud for, at skiftet kan foregå omvendt i andre klubber, 1'ern kommer op som styrmand, mens den, der sidder på styrmandspladsen, overtager tagåren og de andre roere hver især flytter én plads frem i båden.

In- og halvout-riggede både er forholdsvis stabile fartøjer. Man kan bevæge sig rundt i båden, når det blot gøres med forsigtighed.

Den sikreste måde at skifte på er, at styrmanden kommanderer:

***"Åren på vandet"***

Derefter skifter roerne plads ved at skræve over åreskafterne. Der må kun trædes på de dertil egnede steder i båden. Når en roer forlader sin åre, sørger den nærmest siddende for, at den stadig holdes på vandet.

Hvis vandet er stille, kan der skiftes nemmere og hurtigere ved, at styrmanden kommanderer:

***"Åren langs"***

Roerne fører da åreskafte forbi kroppen, som lænes tilbage. Dermed kommer åren til at ligge langs båden med årebladet mod styrmandspladsen (agter). Når åren ligger på denne måde, mister båden en del stabilitet, hvorfor roerne skal holde kroppens tyngdepunkt så lavt som muligt, når de bevæger sig i båden. Skifter man med årerne langs, skal roerne, så snart de er på deres nye plads, lægge årerne vinkelret på båden igen.

Alle i båden, bortset fra den, der aktuelt bevæger sig til en anden plads, hjælper til med at holde balancen i forbindelse med skift i båden.

## **6.10 Tillægninger**

Ved tillægninger er det oftest mest hensigtsmæssigt, at båden ikke har alt for meget fart på. Dette opnås ved kommandoen:

***"Til småt roning klar.. Ro (væk)" eller blot***

***"Småt roning"***

Ved denne kommando ror roerne videre som før, dog nu med knap så meget tryk på årerne, når de føres igennem vandet.

Når der igen skal trækkes normalt kommanderes:

***"Normalt træk"***

eller, hvis der kun har været roet småt i den ene side:

***"Lige træk"***

Ved tillægning ved broen, hvor denne ikke er højere end bådens svirvler, benyttes kommandoen:

***"Åren tværs"***

Åren trækkes da ind i båden, således at den ikke rammer genstande på broen.

Hvis styrmanden har opdaget drivtømmer eller en anden forhindring, som åren måske vil kunne berøre, kommanderes:

***"Se til åren"***

Roerne afgør derefter selv, hvorvidt åren skal trækkes lidt ind, tværs eller evt. langs.

Ved tillægning ved højt bolværk eller andre særlige anlægspladser kan man normalt bruge kommandoen:

***"Åren langs"***

Ved denne kommando lægges årerne ind langs båden med årebladet fremefter og løftet op af vandet. Denne kommando er specielt hensigtsmæssig i både, hvor svirvlerne har havelåger.

Årerne bringes ud igen med kommandoen:

***"Åren ud"***

Hvorefter roerne lægger åren på plads og går i 'Det er vel'-stilling.

Ved tillægning ved højt bolværk eller andre særlige anlægspladser, hvor pladsforholdene ikke tillader, at åren forbliver i svirvlerne, samt ved honnørafgivelse eller hilsen, kommanderes i god tid:

***"(Klar til at rejse åren ..) Rejs åren"***

Åren rejses ved, at hver roer trækker sin åre ind i båden griber med den udvendige hånd på den anden side af årelæderet med et undergreb og løfter åren op i lodret stilling ved hjælp af begge hænder. Åreskaftet anbringes på bundbrættet så tæt på kølen som muligt. Derpå rettes årene ind og vendes, således at den hule side vender mod styrmanden (agter). Åren holdes med den indvendige hånd øverst i højde med skulderen og den anden hånd nederst ud for benene.

Når årerne skal på plads igen, kommanderes:

***"Lad falde"***

Hver roer lægger forsigtigt åren ned på rælingen mellem svirvlen og styrmanden (agten for svirvlen), retter svirvlen ind og lægger roligt åren på plads. Forsøges åren lagt direkte ned i svirvlen,

uden først at have hvilet på rælingen, kan den blive unødigt ridset. Når åren er på plads, sætter roerne sig i 'Det er vel'-stillingen.

Outriggede både er så smalle, at man ikke må rejse årer i disse. Ved honnørafgivelse og hilsen i sådanne både benyttes 'Det er vel'-stillingen, og der ses lige ud.

### **6.11 Båden forlades**

Styrmanden er den første, der går i land.

Mens styrmanden holder båden ind til anlægsstedet, kommanderes:

*"Ét og to klar til at gå fra borde"*

Disse rejser sig roligt, mens de støtter sig til bådens rælinger. Foden nærmest pontonen sættes på pontonen, idet kroppens vægt dog stadig holdes i båden. På kommandoen:

*"(Ét og to) Fra borde"*

fører roerne vægten ind på broen og følger selv umiddelbart efter, uden at skubbe båden væk.

Er der flere roere, kommanderes de fra båden på tilsvarende måde to og to.

### **7. Båden bliver ved anlægsplads**

Skal båden blive liggende i vandet, mens mandskabet er i land, skal årerne placeres forsvarligt, helst i båden, og båden skal fortøjjes. Dette gøres ved, at fanglinerne bindes modsat hinanden - enten begge ind mod båden eller begge væk fra båden, og med så meget slæk, at dønninger kan afbødes. Roret bindes, så det vender væk fra bolværket, eller tages helt af. Eventuelle fendere fastgøres på en måde, så de ikke kan glide til siden eller op i båden.

### **8. Båden tages op**

Skal båden tages op, tages først årerne ud af svirvlerne og placeres et forsvarligt sted. Dernæst tømmes båden for bagage. Ror, stander og eventuelt flag tages af og lægges i båden.

Er der meget vand i båden, må den lænses med øse eller svamp, før den tages op, da den ellers let bliver ødelagt af tyngden af vandet.

Er der bådevogne, vælges en vogn, der passer til bådens størrelse. Er der slæbested, køres vognen så langt ned ad dette som muligt. En af roerne tager fat i stævnen og løfter forsigtigt båden op på vognen, som derefter trækkes op på bådepladsen.

Skal båden bæres i land, gøres det ved at styrmanden løfter i bådens stævn og trækker båden op. Så snart mandskabet kan få fat i sidelangremmene, hjælper de til ved at følge bådens bevægelse og flytte hænderne langs sidelangremmene, indtil de har fat så tæt på styrmandspladsen som muligt, idet bådens vægt er koncentreret der.

Skal båden tages op på en flåde, ponton, bro eller lignende, må den først lægges i retning vinkelret udfra den kant, den skal tages op over.

## **9. Landgang på åben strand**

Ved landgang på åben strand trækker roerne - i tilfælde af høj sø tillige styrmanden - i god tid forud i bare ben. Båden ros vinkelret på kysten ganske langsomt ind, idet dybden hele tiden pejles. Når der i stille vejr - er ca. 1/2 meter vand udfor 1- og 2-pladsen, træder nr. 1 og nr. 2 samtidig forsigtigt ud af båden, hver til sin side, og trækker om fornødent båden videre frem, indtil nr. 3 og nr. 4 på samme måde kan træde ud.

I tilfælde af sø må hele mandskabet, selv om det skulle blive vådt fra øverst til nederst, ud af båden i så god tid, at der ikke er spor af fare for, at den skal støde imod bunden.

Mens én roer hele tiden bliver ude ved båden, bringes årerne på land, og båden tømmes for al bagage, hvorefter den løftes op på sædvanlig måde og bæres på land.

Når stranden forlades, sættes båden forsigtigt ud, vendes, så den ligger parallelt med kysten, lastes med bagage, årer og roere, hvorpå styrmanden vender båden, til vinkelret på kysten, sætter roret på og skubber båden ud, mens han entre den.

Der er landgangsmuligheder på strandene langs hele kysten langs hele bæltet, men udgå private områder. Når man går inden for bade-/svømmeområder, skal man holde udgik efter badegæster. 'Langdistancesvømmere' ligger ofte langt ude og kan være svære at få øje på.

## **10. Båden lægges op**

På langture eller på grund af høj sø, havari, tåge eller lignende - kan det være nødvendigt at lægge båden op for en periode. Kan dette ikke ske i en anden roklub, må båden så vidt muligt anbringes på privat grund eller andet ikke almindeligt tilgængeligt sted. Kan båden ikke komme i hus, lægges den med bunden opad på to korte lægter, brædder eller lignende, der klodses op, så svirvlerne er fri af jorden.

Alt løst inventar bindes sammen og lægges under båden eller tages med hjem. Afhængigt af forholdene kan båden fortøjes for og agter, så en eventuel indtrædende storm ikke kan blæse båden bort. Bundpropperne tages i forvaring, og årerne bringes så vidt muligt i hus.

Når båden er lagt på land, ligger den for holdets ansvar og risiko, og holdet må gøre alt muligt for at sikre båden. Hvis den er lagt op af ekstraordinære grunde (havari, uvejr eller lignende), må holdet sørge for snarest at skaffe den hjem - eventuelt efter samråd med bestyrelsen.

En udførlig redegørelse for oplægning og grunden hertil skal straks afgives til bestyrelsen eller andre i klubben, som kan anføre i roprotokollen, at båden ikke er i bådehallen pga. oplægning. Undladelse heraf medfører erstatningsansvar ved eventuel eftersøgning.

## **11. Materiellets aflevering**

Bundpropperne tages ud og lægges på deres pladser i båden ved siden af styrmandssædet. Styrmanden sørger for, at stander og flag mm. lægges på plads, og at turens længde og sluttidspunkt anføres i roprotokollen.

Mandskabet renser og aftørre båden og årerne i henhold til klubbens regler.

Såfremt der på en tur opstår eller opdages nogen skade på båd, årer eller andet inventar, skal styrmanden straks efter turen afgive rapport til reparationsprotokollen med detaljeret angivelse af omstændighederne, hvorunder samt hvorledes skaden skete. Er skaden af større betydning, skal styrmanden endvidere straks efter landgang søge materialforvalteren eller rochefen og afgive mundtlig eller skriftlig forklaring, så de kan sørge for, at båden eventuelt ikke benyttes.

Skader på materiellet, der ikke skyldes slid, ælde eller anden uforsætlig hændelse, erstattes af den, der forvolder den. Havarier hæfter den for, som er årsag hertil.

Såfremt det er sandsynligt, at en på turen opstået skade kan udvikle sig videre eller medføre anden skade, skal båden hurtigt søge land, hvor en midlertidig reparation kan foretages, hvis det er muligt. Ellers må båden lægges op.

Når båden skal på plads i bådehallen, skal den stilles samme sted, som den blev taget. Skal båden løftes på plads, gøres det på den måde, at styrmanden sammen med halvdelen af mandskabet tager agterenden og de resterende tager stævnen. Styrmanden kommanderer

*"Fatte ... Løft ... Sæt"*

Der gribes under båden, og båden sættes forsigtigt på plads.

## **12. Roning i høj sø**

Der må ikke ros ud i så høj sø, at der kan være fare for båden eller mandskab. Skulle det blæse op undervejs, skal båden snarest søge land - om muligt havn. Under sådanne forhold må der være urokkelig ro og disciplin.

I høj sø går båden bedst, når den ligger i en skrå retning op imod søen. Jo højere denne er, desto mindre vinkel med bølgerne bør båden lægges i - varierende imellem 10' og 45' - således at den så vidt muligt kan følge bølgebevægelsen uden at komme til at ride på bølgetoppene eller hugge i søen.

I almindelighed kommer der 2 til 3 høje bølger lige efter hinanden. For at disse ikke skal slå for hårdt

imod båden eller give for meget vand ind, lader man, lige inden de rammer, båden falde lidt af – drejer den mere parallelt med bølgerne - ved hjælp af roret. Ved bådens drejning er det ligesom den viger tilbage for slaget, og dette derved mildnes, men båden må straks efter rettes op igen, f.eks. ved et par raske tag i læsiden.

Når søen er så høj, at båden må gå omtrent parallelt med bølgerne, er det nødvendigt at lade den læ ræling ligge så lavt som muligt, men lige før bølgetoppen passerer, må båden rettes op med begge rælinger i samme højde, da der ellers tages vand ind om læ. Disse manøvrer udføres ved, at mandskabet lægger kroppen mere eller mindre over i læsiden.

Styrmanden må stadig holde roerne ajour med, når der kommer en særlig høj bølge, og må i det hele taget stadig instruere mandskabet.

Ved den beskrevne fremgangsmåde kan båden kun føres i de to retninger under en forholdsvis bestemt vinkel op imod bølgerne, og da målet vel er nogenlunde givet, vil det derfor i almindelighed blive nødvendigt at krydse sig frem.

Det kan lade sig gøre at ro med søen, altså at få bølgerne ind bagfra, men båden styrer da meget dårligt, og en bordsø kan på et øjeblik dreje båden 1/4 omdrejning, hvis båden ikke ligger nøjagtig i retning vinkelret på bølgerne. Da roret desuden ofte kommer til at ligge over vandet netop i det kritiske øjeblik for styringen, må roerne stadig af sig selv af al kraft hjælpe styrmanden med at holde nøjagtig kurs.

Hvis det bliver nødvendigt at vende båden, må det ske med stor forsigtighed, og styrmanden må vælge et øjeblik, hvor der er forholdsvis ro til at give kommandoen, hvorpå vendingen foretages så hurtigt som muligt, og idet styrmanden stadig varskor for de særligt høje søer, som han eventuelt tillige må lade båden falde af for.

### **13. Hvis båden fyldes eller kæntrer**

#### **Hvis båden bordfyldes:**

1. Bevar roen
2. Tag redningsveste på
3. Tøm båden for vand. Mandskab op i den, når den kan bære
4. Hold båden op mod søen
5. Søg straks mod land
6. Undersøg hvad der mangler af udstyr
7. Underret myndighederne

#### **Hvis båden kæntrer:**

1. Saml mandskabet, og bevar roen
2. Tag redningsveste på
3. Bind årene til fanglinerne
4. Vend båden
5. Tøm båden for vand, mandskab op i den, når den kan bære
6. Hold båden op mod søen
7. Søg straks mod land
8. Undersøg hvad der mangler af udstyr
9. Underret myndighederne

(ovenstående er lånt fra DFfR's korttursstyrmandsmappe)

### **14. Almindelige sikkerhedsregler**

På turen og ved landgang skal der vises al mulig forsigtighed, idet bl.a. vind og sø tages i betragtning. Båden må ikke føres ind på så lavt vand, at der er fare for, at den tager grunden, og navnlig må båden holdes borte fra steder, hvor der kan tænkes at være sten, pæle, el.lign. i nærheden af vandoverfladen.

Styrmanden må stadig holde udkig efter drivende genstande. Der må ikke gås så tæt forbi nogen genstand, at der er fare for, at båd eller årer kan støde imod.

I tilfælde af at der under turen opstår så stærk tåge, at orientering kan blive vanskelig, skal der straks søges land; dette må ikke slippes af syne, og der må gås meget langsomt og forsigtigt frem.

Hvis der bliver høj sø, så der kan være fare for, at båden fyldes med vand, må der straks søges land – om muligt nærmeste havn.

## **15. Færdselsregler på søen**

De internationale søvejsregler er søens færdselsregler. Søvejsreglerne omfatter alle typer fartøjer, herunder robåde. Det er derfor nødvendigt, at styrmanden har indgående kendskab til de vigtigste af disse.

Søvejsreglerne indeholder bl.a. regler om vigepligt, dvs. regler om, hvilke typer af fartøjer, der skal gå af vejen for andre. Robåde er ikke direkte omtalt i søvejsreglernes vigeregler. Grunden hertil er, at begrebet "tilfældets særegne omstændigheder" for ofte spiller ind, hvor en robåd møder et andet fartøj. Vigereglerens hovedprincip er, at den stærke viger for den svagere. Anvendes dette princip på robåde, betyder det, at skibe for motor og sejlskibe skal gå af vejen for robåde med de modifikationer, som følger nedenfor:

Vores robåde er så hurtige og manøvreringsdygtige i forhold til traditionelle robåde, at der kan opstå

farlige situationer, fordi andre fartøjer undervurderer vores fart. *Fredericia Roklub har derfor vedtaget at uddanne klubbens styrmænd med henblik på, at disse i god tid skal kunne forudse en mulig farlig situation opståen, således at en sådan søges afværget gennem manøvrering på et tidligt tidspunkt.* Ved tilrettelæggelse af disse manøvre bør det sikres, at sejlskibe passeres på læsiden (den side, hvor storsejlet føres), således at sejlskibet frit kan dreje til luvart (løbe op i vinden).

Det hører til godt sømandskab i god tid tydeligt at markere, hvilken kurs man vil holde, således at andre fartøjer kan manøvrere herefter. Såfremt situationen imidlertid opstår, hvor der er en nærliggende fare for kollision, må det haves for øje, at andre fartøjer, herunder sejlskibe, vil tilrettelægge deres manøvre med henblik på, at disse fartøjer skal vige, dvs., at disse fartøjer påregner, at robåden holder sig til oprindelige fart og kurs.

Herudover kan der stadig forekomme situationer, hvor der er brug for vigeregler. En robåd, der overhaler en anden båd, der er i bevægelse, skal uanset hvilken type fartøj, der er tale om, gå af vejen. En robåd, der stævner mod en anden båd, skal holde til højre. Er to både på skærende kurs, så der er fare for kollision, skal den båd, der har den anden til sin højre side, vige.

Robåde skal i egen interesse holde sig uden for sejlruter og løb. Såfremt passering alligevel er nødvendig, skal det ske på en måde, så det er til mindst gene for den øvrige trafik. Passage af et løb skal således ske vinkelret på løbet og må kun ske, hvis andre fartøjer ikke skal holde tilbage eller ændre kurs.

I snævre farvande - som kanaler, havneløb og lignende - skal båden manøvreres i højre side. Ved gennemsejling under broer med flere gennemsejlingsåbninger skal båden tilsvarende passere åbningen til højre for midten i gennemsejlingsretningen.

I denne forbindelse skal det indskræpes, at styrmanden holder sin robåd godt klar af et motordrevent skibs skruevand, ligesom det skal undgås at komme i vejen for et skib, der er ved at gå fra eller til kaj. En uventet manøvre med skruen kan ellers bringe ens båd i en farlig situation.